

R8年2月 藤江コミセン つどい場事業 のお知らせ



みんなで歌って、体操して、フレイル予防..

健康歌声喫茶

どなたでも予約なしで参加出来ます。
是非ご参加ください。 スタッフ一同

☆ 開催日時 2月 24日(火)

13:30~15:00

☆ 内 容
・抒情歌・童謡唱歌
・かんたん健康体操
・おしゃべりタイム
・昭和の歌謡曲、好きな歌、自慢の歌
※最後は「手のひらを太陽に」



☆ 参 加 費 100円(お茶菓子代)



【毎月第4火曜日 13時30分~です】

※次回は3月24日(第4火)13時30分より開催予定

健康いきいき体操

☆ 開催日時 2月 5日、12日、19日、26日(木曜日)

10時~11時



☆ 内 容 高齢者向けかんたん体操とおしゃべりタイム

動きやすい服装でお越し下さい。

☆ 参 加 費 無 料 (お茶は各自で持参下さい。)



※毎週 木曜日 10時より開催予定

会場はいずれも藤江小学校コミセンです